



# El *ẓekr* como arquetipo de transformación

Llewellyn Vaughan-Lee

*Yo soy el Compañero de quien Me recuerda.*

—Tradición sagrada

## *Su Nombre supremo*

El *ẓekr* es la repetición de una palabra o de una frase sagrada. Puede ser el *shahāda* (el testimonio de la fe), *lā ilāha illa-llāh* (traducido habitualmente como: No hay dios sino Dios), pero es a menudo uno de los Nombres o de los Atributos de Dios. Se dice que Dios tiene noventa y nueve nombres, pero el primero entre ellos es Allāh. Allāh es su Nombre supremo y contiene todos sus Atributos divinos.

Cuando Abu Sa'īd Aboljeir oyó el versículo coránico, ¡*Di Allāh! después déjales que se diviertan en su locura* (6,91), su corazón se abrió (Nicholson 1921, p.10). Abandonó sus estudios eruditos y se retiró a la capilla de su casa, donde repitió durante siete años «¡Allāh! ¡Allāh! ¡Allāh!... hasta que por fin cada átomo de mí empezó a gritar en alto ¡Allāh! ¡Allāh! ¡Allāh!». Abu Sa'īd cuenta entonces la historia que le alertó por primera vez de la importancia de este *ẓekr*. Estaba con el *sheij* Abolfazl Hasan y cuando el *sheij* cogió un libro y empezó a examinarlo, Abu Sa'īd, que era un intelectual, no pudo evitar preguntarse de qué libro se trataba. El *sheij* se dio cuenta de lo que estaba pensando y dijo:

¡Abu Sa'īd! Cada uno de los ciento veinticuatro mil profetas fue enviado para que predicara una palabra. Mandaban a la gente decir ¡Allāh! y se hicieron devotos de Él. Aquellos que sólo oyeron esta palabra con el oído la dejaron

salir por el otro oído; pero aquellos que la escucharon con su alma, en su alma la grabaron y la repitieron hasta que penetró en sus corazones y en sus almas y hasta que su ser se convirtió por completo en esta palabra. Se volvieron independientes de la pronunciación de la palabra, se liberaron del sonido y de la letra. Al haber entendido el significado espiritual de esta palabra, llegaron a estar tan absortos en ella que dejaron de ser conscientes de su propio anonadamiento. (Ibíd., p.7)

Según una tradición esotérica sufí, la palabra «Allāh» se compone del artículo *al* y de *elāh*, una de cuyas interpretaciones es «nada». Para el sufí, el hecho de que el Nombre supremo de Dios signifique «la Nada» tiene un gran sentido, porque la Verdad, Dios, se experimenta como la Nada. Y uno de los misterios de la Senda es que este Vacío, esta Nada, te ama. Te ama con intimidad, ternura e infinita comprensión. Te ama desde el mismísimo interior de tu corazón, desde el centro de tu propio ser. No está separado de ti. Los sufíes son los enamorados y la Nada es el Bienamado en cuyo abrazo el enamorado desaparece completamente.

Poco antes de su muerte, el maestro sufí Naqshbandi Bhai Sahib dijo «No hay nada sino la Nada». Lo repitió dos veces y esto apunta a la esencia misma de la senda sufí, como lo explica Irina Tweedie:



No hay nada sino la Nada. ...La Nada en el sentido trinitario, triple. La Nada porque el pequeño yo (el ego) tiene que irse. Hay que llegar a ser nada. La Nada porque los estados más elevados de consciencia nada representan para la mente, que no puede llegar allí. Está totalmente más allá del rango de la percepción. La comprensión completa no es posible en el nivel de la mente, así que uno debe enfrentarse cara a cara con la Nada. Y el último significado, el más sublime, es el de fundirse con el océano luminoso de lo Infinito. Creo que es así como hay que entenderlo, así es como Bhai Sahib quiso darlo a entender, cuando habló de la Nada y el Uno. (Tweedie 1978, p. 775)

Así pues, el Nombre «Allāh» contiene la esencia de toda la enseñanza sufi: llegar a ser nada, anonadarse en Él, de tal forma que todo lo que permanezca sea su Vacío infinito. Este es el camino del amor, es la copa de vino que beben Sus enamorados. En palabras de Rumi:

*Yo apuré esta copa:  
ya, no queda nada,  
sino anonadamiento en el éxtasis.*  
(Liebert 1981, p.45)

## Recuerdo

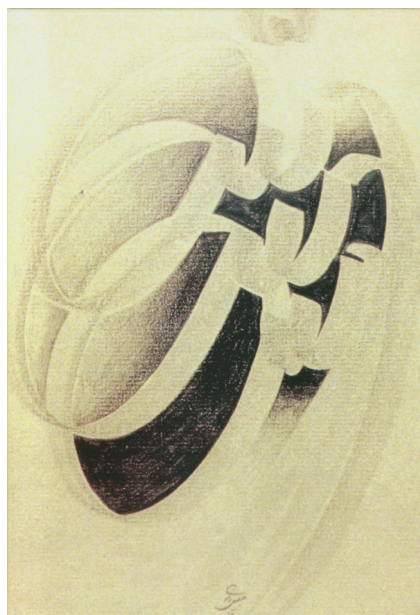
En el núcleo del *ẓeker* se halla el principio del recuerdo. A base de repetir su Nombre, Le recordamos, no en la mente sólo sino en el corazón, y finalmente llega un momento en que cada célula del cuerpo repite el *ẓeker*, repite su Nombre.

Se dice que «primero haces tú el *ẓeker* y luego el *ẓeker* te hace a ti». Llega a ser una parte de nuestro inconsciente y canta en nuestras venas. Esto queda ilustrado bellamente en este antiguo cuento sufi:

Sahl dijo a uno de sus discípulos: «Trata de decir continuamente durante un día entero: ¡Allāh! ¡Allāh! ¡Allāh! y haz lo mismo al día siguiente y al otro, hasta que se convierta en un hábito». Después le dijo que lo repitiera por la noche también hasta que llegó a ser tan familiar para él que el discípulo lo repetía incluso durante el sueño. Le dijo entonces Sahl: «Ya no repitas consciente-

mente el Nombre; deja tan solo que todas tus facultades estén absortas por completo en recordarle a Él». El discípulo hizo esto hasta que llegó a estar absorto en el recuerdo de Dios. Un día, cayó un trozo de madera sobre su cabeza y la partió. Las gotas de sangre que caían al suelo llevaban escrito «¡Allāh! ¡Allāh! ¡Allāh!». (Schimmel 1975, p.169)

La manera en que el Nombre de Dios penetra en el viajero no es metafórica, sino que ocurre de



hecho. El *ẓeker* está magnetizado de tal forma por el maestro que alinea interiormente al viajero con la senda y con la meta. Esta es la razón por la cual es necesario que sea un maestro quien inculque el *ẓeker*, aunque en determinadas circunstancias pueda también inculcarlo el Yo supremo, o, según la tradición, también Jezr.

Al trabajar en el inconsciente, el *ẓeker* modifica nuestro cuerpo mental, el psicológico y el físico. A nivel mental esto se hace fácilmente evidente. Normalmente, en nuestra vida diaria, la mente sigue su proceso automático mental, sobre el que a menudo tenemos muy poco control. La mente nos piensa a nosotros, en vez de ser al revés. Fíjate un momento en tu mente y observa sus pensamientos. Cada pensamiento crea un nuevo pensamiento y cada respuesta una nueva pregunta. Y puesto que la energía sigue al pensamiento, nuestra energía mental y psicológica se

dispersa en muchas direcciones. La vida espiritual significa aprender a ser unidireccional, a concentrar toda nuestra energía en una dirección, hacia Él. A medida que repetimos su Nombre alteramos los surcos de nuestro condicionamiento mental, surcos que como los de un disco tocan la misma melodía una y otra vez, repiten los mismos esquemas que nos atan a nuestros hábitos mentales. El *ẓeker* sustituye gradualmente estos viejos surcos por el surco único de Su Nombre.

El proceso automático del pensamiento queda dirigido de nuevo hacia Él. Como un ordenador, quedamos reprogramados para Dios.

Se dice que se llega a ser lo que se piensa. Si pensamos en Allāh nos hacemos uno con Allāh. Pero el efecto del *ẓeker* es a la vez más sutil y poderoso que un acto de mera concentración mental. Uno de los secretos de un *ẓeker* (o de un mantra) es que se trata de una palabra sagrada que conlleva la esencia de aquello que nombra. Este es el «misterio de la identidad de Dios con su Nombre» (Wilson y Pourjavady 1987, p.45) [En el principio estaba el Verbo y el Verbo estaba junto a Dios y el Verbo era Dios (Juan 1,1)]. En nuestro lenguaje corriente de cada día no se da esta identidad. La palabra «silla» no contiene la esencia de una silla; significa meramente una silla. Pero la lengua sagrada del *ẓeker* es diferente; las vibraciones de la palabra resuenan con aquello que nombra, uniendo ambos a la vez. Así, es posible conectar directamente al individuo con aquello que nombra.

Él, el Bienamado, no puede ser nombrado, porque todo nombre es una limitación. Él es sin forma y sin nombre, como está exactamente escrito en el *Tao*:

*El Tao que puede nombrarse  
no es el Tao eterno.*

*El nombre que puede nombrarse  
no es el Nombre eterno.*

(LaoTsu 1973, p.1)

Y sin embargo, la humanidad Le invoca de diferentes maneras y cualquiera que sea la manera en que se Le llame, Él contestará. Por ello dice el sufi: «En el nombre de Quien

no tiene nombre, mas aparece como quiera que tú Le llames». Si le llamas por el nombre de Cristo, Él aparecerá como Cristo, si le invocas como Rama, aparecerá como Rama. Pero el nombre de «Allāh» es amado por los sufíes porque es el más cercano a esa Nada que es su Esencia. Este Nombre es un acceso a su divina Esencia, y permite a sus siervos acercarse más a Él. Se puede evocar su presencia dentro del corazón, ayudándonos a recordarle, y al recordarle llegar a unirse con Él, llegar a perderse en su Nada.

### Transformación psicológica y física

A nivel psicológico, el *zekr* es un poderoso agente de transformación. Al trabajar en el inconsciente, reajusta nuestra estructura física y a la vez transforma sus energías. El *zekr* es un sonido arquetípico y una palabra simbólica que está alineada magnéticamente con la senda. Los símbolos arquetípicos tienen una función psicológica específica: actúan como transformadores de la energía psíquica. Convierten la libido (la fuerza instintiva de la vida) de una forma «inferior» a otra «superior». Como símbolo arquetípico, el *zekr* tiene el potencial de despertar, concentrar y transmutar las energías del inconsciente. Nos libera desenredándonos de los nudos y los bloqueos psicológicos con los que nosotros mismos nos hemos encadenado, consciente e inconscientemente, debido a nuestros deseos y prejuicios y a los efectos acumulados de nuestros apegos y condicionamientos. Uno de los ejemplos más visibles de este proceso transformador es el efecto que el *zekr* puede tener sobre el miedo o la ansiedad, sentimientos que tan a menudo atacan al viajero. La repetición de su Nombre puede ayudar muy a menudo a disolver esos sentimientos o a aflojar su carga.

El proceso de transformación también abarca el cuerpo físico del

viajero. Cada átomo de la creación canta sin saberlo su Nombre y anhela reunirse con Él. El *zekr* infunde este recuerdo inconsciente con la luz de la consciencia, con el deseo consciente del enamorado al recordar a su Amado. La luz oculta en la oscuridad de la materia responde a la llamada de su continua plegaria y empieza a reverberar a una frecuencia más alta. El cuerpo físico llega así gradualmente a estar alineado con una consciencia más elevada del ser; los átomos empiezan a resonar con la canción de un alma que vuelve a casa. Esta transformación fue bellamente imaginada en un sueño en el que el cuerpo del soñador se transformaba primero en



Seguir tu senda, como quiera que sea, es hermoso.

Alcanzar tu unión, en cualquier dirección, es hermoso.

Ver tu rostro, sea cual sea la mirada, es hermoso.

Decir tu nombre, sea cual sea la lengua, es hermoso.

—Abu Sa'id Aboljeir  
—Traducida por José M<sup>a</sup> Bermejo



corazón y en el que las células se convertían después en notas musicales:

Soné que mi cuerpo se transformaba en un corazón humano con todas sus cavidades. El corazón viajaba en un vasto universo. Mientras el corazón viajaba, se iba volviendo del derecho y del revés, sin perder un solo latido. El viaje fue interminable con el corazón dando tumbos por el espacio como un inmenso asteroide.

Después, las células de mi cuerpo empezaron a tomar la forma de notas musicales azules y doradas. Al principio cada célula iba transformándose lentamente en notas azules y doradas. Después, la velocidad y el número de células que se transformaban en notas progresaron rápidamente hasta que mi cuerpo entero quedó compuesto de notas azules y doradas.

Era como si yo estuviera por encima de mi cuerpo contemplando esta transformación. A medida que este proceso progresaba, mi cuerpo se distinguía cada vez menos y quedaba cada vez más sin forma. Se pro-

ducía un resplandor dorado y azul a medida que mi cuerpo y las notas musicales se iban haciendo menos distinguibles.

Me desperté y me sentía extremadamente tranquilo. Cuando me desperté, los límites de mi cuerpo parecían hallarse más allá de sus límites habituales, y fueron volviendo gradualmente a sus límites normales.

Dentro de nuestro corazón estamos unidos con el Amado. El latido de nuestro corazón es parte del gran ritmo de la creación. Pero para la mayoría de la gente esto es como un recuerdo tan profundamente enterrado que lo tenemos olvidado. Cuando

conscientemente aspiramos a recordarle a Él, la práctica de la meditación y el *zekr* despiertan este estado preexistente de unicidad. Nuestro corazón se abre y empezamos a sentir cómo su ritmo está en armonía con la canción del universo. Esta entonación

resuena lentamente por todo el cuerpo y cada célula se hace una nota en la sinfonía de la creación. Desde las profundidades del corazón hasta las yemas de los dedos y las plantas de los pies, cada parte de nosotros se une en una única canción que es una ofrenda de la creación al Creador.

### Compañeros

Para el enamorado, hay una profunda alegría en repetir el Nombre de su Amado invisible que está tan cerca y a la vez tan lejos. Cuando Él está cerca es maravilloso poder darle las gracias por la bendición de su presencia, por la dulzura de su compañía. Cuando Él está ausente nos ayuda a soportar el anhelo y el dolor, porque podemos llamarle con cada respiración. En momentos de dificultad, su Nombre trae seguridad y ayuda. Nos da fuerza y puede ayudar a disolver los bloqueos que nos separan de Él. Cuando decimos su Nombre, Él está con nosotros, incluso si nos sentimos muy solos con



nuestra carga. Él ayuda a sus siervos siempre que puede y en momentos de gran dificultad su Nombre puede salvarnos.

Allāh ama a aquellos que Le aman. Él recuerda a aquellos que Le recuerdan. Por medio del *ẓeker* traemos a la consciencia el vínculo que siempre tuvimos con Él y nos hacemos conscientes de los secretos más profundos de nuestra unión real. El Nombre que repetimos es el nombre por el que Le conocíamos antes de que naciéramos. Es el Nombre grabado en nuestros corazones. El *ẓeker* acerca la huella del corazón al mundo del tiempo y también nos lleva de vuelta a Él. Gradualmente nos hacemos conscientes de la profundidad de nuestra conexión y de cómo estamos siempre unidos en nuestros corazones.

El nombre revela aquello que nombra y el enamorado empieza a ver que no hay nada sino Dios.

Dios hizo de este Nombre [Allāh] un espejo para el hombre, de tal forma que cuando se mira en él sabe el verdadero significado de «Dios era y no había nada fuera de Él» y en ese momento se le revela que su escucha es la escucha de Dios, su mirada es la mirada de Dios, su palabra es la palabra de Dios, su vida es la vida de Dios, su entendimiento es el entendimiento de Dios, su voluntad es la voluntad de Dios y su poder es el poder de Dios. (Nicholson 1921, p.113)

A base de repetir su Nombre el enamorado se llega a identificar con su Amado que ha estado oculto dentro de su propio corazón. El Amado gusta de escuchar su Nombre en los labios y en los corazones de sus enamorados y en respuesta a ello retira gradualmente los velos que Le mantienen oculto. El enamorado Le encuentra entonces no sólo oculto en su corazón, sino también en el mundo exterior, porque *adonde quiera que mires, allí está la Faz de Dios* (Qo 2,109).

El Amado se hace el constante compañero del enamorado. El enamorado también se hace compañero de Dios, porque «dos ojos que miran a Dios son también los ojos con los

que Él mira al mundo» (Schimmel 1975, p.203). Esta relación de compañeros pertenece al más allá y sin embargo se vive en este mundo. Es la amistad más profunda y exige la total participación del enamorado. Somos Sus siervos, y a Él le gusta ser conocido como «el siervo de Sus siervos».

Por medio del *ẓeker* sintonizamos la totalidad de nuestro ser con la frecuencia del amor. Aceptamos el dolor de la separación así como la alegría de conocer a Aquel de quien estamos separados. Decimos el Nombre de nuestro Amado porque nos recuerda a Aquel al que anhelamos. Cuando decimos Allāh con el corazón se trata a la vez de nuestra plegaria y de la respuesta a ella. Le llamamos porque no Le hemos olvidado. Recordarle siempre aquí, en este mundo, es estar siempre con Él. El corazón sabe esto, aun cuando la mente y el ego no lo saben. Rumi cuenta la historia de un creyente que estaba rezando cuando Satán se le apareció y le dijo:

¿Cuánto tiempo vas a estar diciendo ¡Oh Allāh!? Cállate porque no obtendrás respuesta.

El creyente agachó la cabeza en silencio. Al rato tuvo una visión del profeta Jezr, que le dijo: «Oye, ¿por qué has dejado de invocar a Dios?»

«Porque la respuesta “Heme aquí” no llegó», contestó.

Jezr dijo, «Dios me ha ordenado que vaya junto a ti y te diga esto: “¿No fui yo quien te llamó a mi servicio? ¿No hice que te dedicaras a mi Nombre? Tu llamada ‘¡Allāh!’ fue mi ‘Heme aquí’. Tu dolor llamó a Mi mensajero hacia ti. Yo era el imán de todas esas lágrimas, de esos gritos y esos llantos, y yo les di alas”». (Nicholson 1989, p.113)

Se cuenta la misma historia en el sueño de una mujer que gritaba a la luna y sentía una terrible sensación de fracaso y de desesperación porque ésta no le contestaba. Se daba cuenta más tarde de la intimidad más profunda en el amor, que consiste en que nuestro grito es su grito hacia Él mismo. Al llamarle participamos en el misterio de su creación: que el que era Uno y Único quería ser amado y por ello creó el mundo.

Nuestro anhelo por Él y nuestra súplica son el sello de nuestra compañía con Él. Somos sus enamorados y a Él acudimos. Cuando volvemos nuestros corazones y miramos hacia Él, reconocemos, a la vez por nosotros mismos y por el mundo entero, el lazo de amor que une al Creador con su creación. Y nos abandonamos al amor:

En verdad hay siervos entre mis siervos que Me aman y yo les amo, y ellos Me anhelan y yo les añoro y me miran a Mí y yo les miro ... Y sus signos son que protegen la sombra durante el día tan cuidadosamente como el pastor protege a sus ovejas y anhelan el ocaso como el pájaro anhela su nido al llegar el crepúsculo y, cuando llega la noche y las sombras se entremezclan y los lechos se abren y los enamorados están a solas con su amada, entonces se quedan despiertos e inclinan sus rostros contra el suelo y me llaman por mi Nombre y me adulan con mis gracias, ora gritando y ora llorando, ora perplejos y ora lamentándose, a veces de pie y a veces sentados, a veces de rodillas y otras prosternados, y veo lo que sufren por Mí y oigo cómo se lamentan por causa de mi amor. (Schimmel 1975, p.139)



## Referencias

- Lao Tsu. (1973). *Tao Te Ching*, Gia-Fu Fenga y Jane English (trad.), Aldershot: Wildwood House Ltd.
- Liebert, D. (1981), *Rumi, Fragments, Ecstasies*, Santa Fe, Nuevo Méjico: Source Books.
- Nicholson, R.A. (1921), *Studies in Islamic Mysticism*, Cambridge: Cambridge University Press.
- (1989). *The Mystics of Islam*, Londres: Arkana.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*, Chapel Hill: University of North Carolina Press.
- Tweedie, I. (1987). *Daughter of Fire*, Nevada City: Blue Dolphin Press.
- Wilson, P.L. y Pourjavady, (1987). *The Drunken Universe*, Grand Rapids: Phanes Press.